

من توانستم... شما هم می‌توانید!

انکار کرد. با گذشت زمان، «رضا» لاغرتر و تکیده‌تر می‌شد. صبح‌ها به بهانه‌ی باشگاه رفتن، از خانه خارج می‌شد و شب‌ها دیروقت به خانه می‌آمد. هرچه‌قدر برخوردهای ما با «رضا» خشن‌تر می‌شد، او هم بدتر می‌شد. به‌طوری‌که باشگاه و مدرسه را رها کرد و به مواد مخدر پناه برد. اعضای خانواده دیگر تحمل کارها و رفتارهای «رضا» را نداشتند. مدام در خانه‌ی ما جنگ و دعوا بود و همین رفتارهای ما، او را بیش‌تر به سمت مواد سوق می‌داد. نمی‌دانستیم مسبب اصلی کارها و رفتارهای «رضا»، خودمان هستیم. ما با وارد کردن فشارهای روحی و روانی، باعث شدیم او به «هرویین» پناه ببرد.

ما به‌طور کامل، اعتمادمان را نسبت به «رضا» از دست دادیم و او را یک مجرم و خلافکار می‌دانستیم. چندبار از او خواستیم مواد را ترک کند اما نشد، چون «رضا» هنوز به دنبال مواد بود. مدام او را تحقیر می‌کردیم و می‌گفتیم: «تو اراده و غیرت نداری، اگر اراده داشتی، معتاد نمی‌شدی. حالا هم که مواد مصرف می‌کنی، با کمی اراده می‌توانی ترک کنی.»

یکی از همین روزها بود که با مکانی آشنا شدم که در آن‌جا به افراد مصرف‌کننده کمک می‌کردند و من به‌همراه «رضا» به آن‌جا رفتم. ابتدا مشاور با مصرف‌کننده‌ها صحبت کرد. بعد از یک ساعت، ما از آن‌جا خارج شدیم بدون این‌که نتیجه‌ی درستی به‌دست آوریم. بعد از چند هفته، دوباره برای معالجه به یک متخصص مراجعه کردیم. او برای «رضا» داروهای متفاوتی تجویز کرد. سپس به «رضا» آدرس جلسه‌هایی را داد که باید به‌طور مرتب در آن‌ها شرکت می‌کرد تا بتواند اعتیادش را ترک کند اما او فقط توانست چند روز مواد مصرف نکند. بعدها فهمیدیم علت برگشت «رضا» به مواد، عارضه‌هایی بود که ما از آن‌ها غافل بودیم مانند: عطسه، خمیازه، افسردگی شدید، عدم تمایل به زندگی، به‌هم ریختگی و....

«رضا» دچار یک تخریب شدید درونی شده بود و ما این را نمی‌دانستیم. ما راه درست درمان اعتیاد را بلد نبودیم، چون شناخت کافی و درستی از مواد مخدر و اثرهای آن بر جسم و روان فرد نداشتیم. خلاصه به این نتیجه رسیدیم که «رضا» با دارو نمی‌تواند اعتیاد خود را ترک کند، برای همین به پیشنهاد مادرم تصمیم گرفتیم که «رضا» ازدواج کند.

تصور می‌کردیم که اگر او تشکیل خانواده بدهد، با دوستان سابقش که مصرف‌کننده بودند، قطع رابطه می‌کند و اعتیادش را ترک می‌کند. به همین دلیل، «رضا» را مجبور به ترک کردیم و او تحت جبر و زور خانواده، مدت ۶ ماه مواد را قطع کرد ولی طبق نیاز روانی و جسمی، دوباره به مواد مخدر پناه برد.

باز هم روزهای سخت و ناآرام شروع شدند. زمانی که در حال فراهم کردن مقدمات ازدواج برای «رضا» بودیم، به خواست خداوند بزرگ و مهربان که همیشه و در همه حال، بندگان خود را رها نمی‌کند، توانستیم با «کنگره‌ی ۶۰» آشنا شویم. چیزی که در آن مکان مرا به خود جلب کرد، محبت و احترامی بود که آنان برای فرد مصرف‌کننده و خانواده‌های‌شان

سلام دوستان نازنین هشتم یک همسفر!



ما هم مانند هر خانواده‌ی سالم دیگری قبل از ورود اعتیاد، خانواده‌ای آرام و شاد بودیم. برادرم «رضا» در ابتدا حتی سیگار هم نمی‌کشید و از نظر اخلاقی، بسیار مهربان بود. او عضو باشگاه بینگ‌پنگ بود و حتی مقام‌هایی هم در سطح استان و شهرستان‌ها کسب کرده بود. او بسیار خوش‌اخلاق بود اما به تدریج اخلاقش تغییر کرد. وقتی به خانه می‌آمد، بوی سیگار می‌داد تا این‌که روزی، اتفاقی دیدم سیگار می‌کشد. وقتی اعتراض کردم، گفت: «فقط به‌صورت تفریحی مصرف می‌کنم.» ولی به مرور زمان، سیگار کشیدن برایش عادی شد. یکی دو سال از این قضیه گذشت، متوجه شدم رضا «تریاک» مصرف می‌کند. وقتی به او گفتم،

هر کسی توسط خود، آباد یا ویران می‌گردد

قائل بودند.

اکنون «رضا» از نظر جسمی، روحی و اخلاقی به‌طور کامل بهبود یافته و این افتخار را کسب کرده که جزو کسانی باشد که در خدمت هم‌نوع خود هستند. این باعث افتخار ماست که عضوی کوچک از این خانواده‌ی بزرگ هستیم و خوشحال و خرسندیم که می‌توانیم در کنار سایر پیشکسوتان «کنگره‌ی ۶۰» خدمت کنیم و ما با تمام وجود، این پیام را به سایر هم‌نوعان خود اعلام می‌کنیم که: «اعتیاد قابل درمان است به شرط آن که راه صحیح را برای درمان، انتخاب کنیم.»

اکنون سه سال از ورود ما به «کنگره‌ی ۶۰» می‌گذرد. «رضا» ۱۱ ماه «سفر اول» داشت. با ایمان به یاری خداوند بزرگ و کمک راهنماها، بیش از ۱۴ ماه است که از بند اعتیاد، رها و آزاد می‌باشد.

یکی از درس‌هایی که ما در «کنگره‌ی ۶۰» فرا گرفتیم، صبر کردن بر سختی‌ها و استقامت در برابر مشکل‌هایی بود که در نهایت، باعث رسیدن مان به آرامش می‌شود.

با رها شدن «رضا» از اعتیاد و اصلاح‌شدن فکر و اندیشه‌ی ما و دور کردن خودمان از ضد ارزش‌ها (که هنوز هم ادامه دارد) توانستیم خانواده‌ی مان را هم اصلاح کنیم و به آنان آرامش و لذتی پایدار را هدیه کنیم. ما یاد گرفتیم در هر شرایطی، مثبت فکر کنیم و ناملایمت‌ها و سختی‌های زندگی را به‌عنوان یک موهبت برای رسیدن به کمال بدانیم و در هر شرایطی، خداوند بزرگ را شاکر باشیم. کنگره، ما را با خودمان آشنی داد و باعث شد که ما، خودمان و دیگران را به‌راحتی ببخشیم تا در این بخشایش، به آرامش برسیم.

حالا که ما از این دام به یاری خداوند بزرگ رهایی یافته‌ایم، تلاش می‌کنیم که اندوخته‌های علمی خود را به افرادی که بیرون از کنگره به دنبال راهی برای درمان خود هستند، انتقال دهیم تا آنان نیز بتوانند با استفاده از این دستاوردها و تجربه‌ها برای پیشبرد هدف‌های خود و در نهایت، درمان اعتیادشان استفاده کنند.

در ابتدا، مشاور به‌طور مفصل، قضیه‌ی اعتیاد و بلاهایی که مواد مخدر بر سر جسم و روان انسان می‌آورد را توضیح داد و من فهمیدم که جسم ما به خودی خود، سیستم‌هایی دارد که موادی شبهه افیونی تولید می‌کنند. زمانی که فردی مواد مصرف می‌کند، به دلیل بالا رفتن مواد مرفینی، از حد معمول خود خارج می‌شود و در ابتدا حالت بسیار خوب و نشاط‌انگیزی به او دست می‌دهد اما به مرور زمان که این سیستم‌ها در بدن از کار می‌افتند، دیگر مصرف مواد برای تفریح و سرخوشی نیست بلکه یک نیاز می‌شود و فرد مصرف‌کننده برای این‌که بتواند تعادل از دست‌رفته‌ی خود را به‌دست بیاورد، مواد مصرف می‌کند.

در «کنگره‌ی ۶۰» ابتدا آموختم که فرد مصرف‌کننده، یک بیمار است و باید به او محبت کرد و برای او یک حامی و پشتیبان بود تا بتواند طول دوره‌ی درمان خود را طی کند.

در طول زمانی که «رضا» در «کنگره‌ی ۶۰»، «سفر تدریجی» خود را آغاز نمود، به‌تدریج که از موادش کاسته می‌شد، به همان نسبت دیدگاهش هم به جهان اطراف و درونش تغییر می‌کرد. سفری از ظلمت به نور، از نفرت به عشق، از حقارت به سرافرازی و از جهل به دانایی. این بهترین سفری‌ست که هر فردی می‌تواند در زندگی خود داشته باشد. در طول این سفر، «رضا» بسیاری از خلق‌و‌خواهای بد مانند: دروغ گفتن و... را از خود دور کرد و برای او هم‌چنان رفتن به طرف ارزش‌ها ادامه دارد و من هم به‌عنوان یک همسفر در کنار مسافر خود، سفر می‌کنم تا با کمک هم و با آموزش‌های درست و کامل «کنگره‌ی ۶۰» برای خود و اطرافیان مان، جهانی پر از نشاط و زیبایی خلق کنیم.

«کنگره‌ی ۶۰» معتقد است اعتیاد، یک بیماری است که فرد در اثر عدم آگاهی در خود ایجاد کرده و جسم و روح و روانش را از تعادل طبیعی خارج کرده و این چیزی نیست که یک‌شبه یا یک‌ماهه اتفاق افتاده باشد بلکه به‌تدریج رخ می‌دهد.

باید به بیمار و جسم او که در حال بازسازی سیستم‌هایش است، فرصت کافی بدهیم تا در این زمان، خود را ترمیم و بازسازی کند. چیزهایی که باعث شد «رضا» خواهان رهایی از اعتیاد باشد، محبت و برنامه‌ی دقیق و منظمی بود که در «کنگره‌ی ۶۰» حکم فرماست. با رعایت این اصل‌ها و قانون‌ها و گوش سپردن به تجربه‌ها، آموزش‌ها و صحبت‌های راهنما بود که «رضا» در طول سفر، مشکل‌های زیادی را حس نکرد.

هم‌چنین کار ارزشمند دیگری که «کنگره‌ی ۶۰» برای ما خانواده‌ها و مصرف‌کنندگان انجام داد، این بود که ما را به ورزش تشویق کرد. اکنون ورزش در «کنگره‌ی ۶۰» به یکی از ارزش‌ها و رکن‌ها تبدیل شده و تمامی مسافران در «سفر دوم» به رشته‌های ورزشی مورد علاقه‌ی خود مشغولند و حتی بسیاری از رهایی‌یافتگان در سطح‌های بالا با تیم‌های لیگ کشوری رقابت کرده و امتیازها و مقام‌های بالایی را کسب نموده‌اند.



جهت تهیه‌ی کتاب
با دفتر مجله تماس بگیرید